

ผักพื้นบ้านในอำเภอกงหรา จังหวัดพัทลุง
Indigenous Vegetables in Amphoe Kong Ra, Phatthalung Province, Thailand

นันทิดา สุธรรมวงศ์^{1*}, ทิพย์ทิวา สัมพันธ์มิตร¹, เสาวลักษณ์ รุ่งตะวันเรืองศรี², วิชุดา เกตุใหม่¹

สมพงษ์ โอทอง¹ และนัยนา เทสนา³

Nantida Sutumwong^{1*}, Tiptiwa Sumpantamit¹, Saowalak Rungtawanraueangsri², Wichuda Ketmai¹

Sompong Othong¹ and Naiyana Tessana³

บทคัดย่อ

การสำรวจและรวบรวมผักพื้นบ้านในอำเภอกงหรา จังหวัดพัทลุง เริ่มศึกษาดังแต่เดือน มิถุนายน 2552 ถึง พฤษภาคม 2553 โดยเป็นการศึกษาร่วมกันแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research :PAR) ระหว่าง นักวิจัยในท้องถิ่นที่เป็นหมอพื้นบ้าน ชาวชนในพื้นที่ และนักวิจัย โดยการวางแผนตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มแบบ systematic (Systematic Sampling) จำนวน 7 เส้นทางน้ำตก และบริเวณบ้านหมอพื้นบ้าน และสวนครัวของคนในชุมชน รวมทั้งมีการบันทึกภาพ เก็บตัวอย่าง จัดทำตัวอย่างแห้งของพืช และตรวจสอบชื่อวิทยาศาสตร์ที่ถูกต้องจากหนังสือพรรณไม้ต่างๆ ผลจากการศึกษา รวบรวมพืชได้ 206 ชนิด (Species) จำแนกได้ 146 สกุล (Genera) 71 วงศ์ (Family) โดยมีวงศ์ Moraceae พบมากที่สุดจำนวน 14 ชนิด รองลงมาคือวงศ์ Zingiberaceae พบ 13 ชนิด และมี 40 วงศ์ ที่พบเพียง 1 ชนิดเท่านั้น โดยมี 6 ชนิด ที่จำแนกได้เฉพาะในระดับวงศ์เท่านั้น ได้แก่ แซะคลาน ถั่วฝักกรอก ฝักรอง ฝักงายาน ฝักปมรอก และราน้ำ และได้จำแนกสถานภาพของผักพื้นบ้านในพื้นที่อำเภอกงหรา ได้ 4 สถานภาพ ได้แก่ หายากมาก (very rear) หายาก (rare) ปานกลาง (moderate) และพบโดยทั่วไป (very common) โดยพืชที่หายากมาก คือผักพื้นบ้านที่มีความมากมาย 0 – 25 % และพบเฉพาะในพื้นที่ป่าธรรมชาติ ไม่พบในเขตชุมชน และไม่มีการเพาะปลูก มีจำนวน 14 ชนิด เช่น เนียงรอก (*Helicia robusta* (Roxb.) R.Br. ex Wall.) พืชที่หายาก คือผักพื้นบ้านที่มีความมากมาย 0 – 25 % และพบทั้งในพื้นที่ป่าและพื้นที่ชุมชน จำนวน 21 ชนิด เช่น สมกบ (*Bischofia javanica* Blume) พืชที่พบปานกลาง คือผักพื้นบ้านที่มีความมากมาย 25 – 75 % และพบทั้ง

¹ อาจารย์ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ พัทลุง 93110

Lecturer, Faculty of Science, Thaksin University, Phatthalung, 93110

² ผศ.ดร., คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่, 90110

Assist. Prof.Dr., Faculty of Environmental Management, Prince of Songkla University, Hadyai Campus, 90110

³ นักวิชาการป่าไม้ สำนักงานหอพรรณไม้ กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่าและพรรณพืช กรุงเทพฯ, 19000

Office of the Forest Herbarium, Department of National Parks, Wildlife and Plant Conservation, Bangkok 10900

* Corresponding author : โทรศัพท์/โทรสาร 0 7460 9600 ต่อ 2255 E-mail: nant63@hotmail.com

ในพื้นที่ป่าและพื้นที่ชุมชน มีจำนวน 37 ชนิดเช่น พริกนก (*Piper caninum Blume*) และพืชที่พบทั่วไปคือ ผักพื้นบ้านที่มีความมากมายถึง 75 % ขึ้นไป หรือพบปลูกเป็นผักสวนครัวในชุมชน มีจำนวน 134 ชนิด เช่น หมากหมาก (*Lepionurus sylvestris Blume*) งานวิจัยนี้สามารถเผยแพร่องค์ความรู้ด้านชนิดและลักษณะของ ผักพื้นบ้านในพื้นที่อำเภอทองผาภูมิ ให้แก่เยาวชน และบุคคลทั่วไปให้ทราบ เพื่อนำไปสู่การอนุรักษ์และการใช้ประโยชน์ อย่างยั่งยืนต่อไป

คำสำคัญ : ผักพื้นบ้าน สถานภาพ อำเภอทองผาภูมิ พัทลุง

Abstract

The exploration and collection of indigenous vegetables at district of Kong Ra, Phatthalung Province has been carried out from June 2009 to May 2010. The objective was to gather and identify the samples of local edible vegetable varieties. The participatory action research (PAR) approach was applied for data inquiry and data exchange between researcher and local communities. After 12 months of study, 206 species of edible vegetables were found in this area. Two hundred out of 206 were identified at Family level leaving 6 species unidentified. Among 200 species, there were classified to 146 Genera and subordinated to 71 Families. The results showed that 14 of 206 belong to Moraceae Family followed by 13 Zingiberaceae, and 12 Araceae respectively. A single species was found for 40 out of 71 Families. Moreover, we discovered the status in this area in 4 levels that were very rare, rare, moderate, and very common. That 14 species growing in only natural forest and had abundance 0 – 25 % could be considered the status in this area as very rear, such as *Helicia robusta* (Roxb.) R.Br. ex Wall. Rear varieties, that had abundance 0 – 25% and growing in both natural forest and in community area, was found 21 species. The species found in both natural forest and in community area and has abundance 25 – 75% that 37 species were moderate status. 134 species that were very rare were species that had abundance more than 75% such as *Lepionurus sylvestris Blume*. This research can apply to conservation and use in edible vegetables in sustainable.

Keywords : Indigenous Vegetable, Status, Kong Ra, Phutthalung

คำนำ

ผักพื้นบ้าน หรือ พืชผักที่มีอยู่ในท้องถิ่น ซึ่งอาจเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติหรือชาวบ้านนำมาเพาะปลูก มีทั้งที่เป็นพืชยืนต้น พืชล้มลุก พืชไม้เลื้อย ฯลฯ ซึ่งชาวบ้านได้นำเอาส่วนต่างๆ ของพืชเหล่านั้นมาใช้ประโยชน์เป็นอาหาร และใช้เป็นยารักษาโรคต่างๆ และที่สำคัญคือ ผักพื้นบ้านมีถึงปนเปื้อนจากสารเคมีน้อยมากหรือแทบไม่มีเลยเพราะเกิดจากธรรมชาติเป็นส่วนใหญ่ [1] โดย

ในแต่ละภูมิภาคของประเทศไทย จะมีสภาพภูมิประเทศที่แตกต่างกันไป ซึ่งเป็นตัวกำหนดการบริโภคและการกระจายของผักพื้นบ้านแต่ละชนิด อย่างเช่น ชนเผ่ามูเซอบ้านใหม่พัฒนา อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่มีการบริโภคผักพื้นบ้านถึง 58 ชนิด 32 วงศ์ 50 สกุล [2] ส่วนในภาคใต้พบว่ามีผักพื้นบ้านถึง 126 ชนิด [3] ภาคเหนือมีการบริโภคผักพื้นบ้าน 129 [4] ภาคอีสาน 138 ชนิด [5] และภาคกลาง 128 ชนิด [6] แต่เป็นที่น่าเสียดาย

ว่าผักพื้นบ้านกำลังมีความสำคัญลดน้อยลง เนื่องจากยุคสมัยที่เปลี่ยนไป พฤติกรรมการบริโภคและระบบของสังคมเปลี่ยนแปลงไกลจากวิถีและภูมิปัญญาดั้งเดิม

อำเภอองครักษ์ซึ่งเป็นพื้นที่หนึ่งในจังหวัดพิจิตร มีสภาพทางภูมิประเทศติดภูเขายังมีความอุดมสมบูรณ์ของป่าไม้ จึงทำให้ชนิดของผักพื้นบ้านที่มาจากป่ามีความหลากหลาย แต่ปัจจุบันรูปแบบวิถีชีวิตของคนในชุมชนได้เปลี่ยนแปลงไปจากการพึ่งพิงทรัพยากรธรรมชาติเป็นการทำการเกษตร ทั้งการปลูกพืชเชิงเดี่ยวและสวนผลไม้ ซึ่งส่งผลต่อความหลากหลายทางชีวภาพของพืชผักต่างๆ ให้มีความลดลง และพืชบางชนิดอาจสูญหายไปจากพื้นที่อำเภอองครักษ์ แต่ยังคงมีการรวมกลุ่มบุคคลที่ยังเล็งเห็นถึงความสำคัญของผักพื้นบ้านและในอนาคตถ้าหากไม่มีการส่งเสริมและเผยแพร่ความรู้เรื่องผักพื้นบ้านสิ่งที่มีคุณค่าเหล่านี้ก็ย่อมสูญหายไปจากชุมชน ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีการรวบรวม จำแนก และศึกษาการใช้ประโยชน์ผักพื้นบ้านจากป่าในชุมชนพื้นที่อำเภอองครักษ์ เพื่อแสดงให้เห็นความสำคัญของทรัพยากรป่าไม้ของชุมชนที่เป็นแหล่งรวบรวมพันธุกรรมของผักพื้นบ้านเหล่านี้ และนำไปสู่การอนุรักษ์และจัดการที่เหมาะสม

อุปกรณ์และวิธีการ

การวิจัยเป็นลักษณะงานวิจัยเชิงสำรวจแบบมีส่วนร่วมจากชุมชน (Participatory Action Research :PAR) เพื่อส่งเสริมให้ชาวบ้านเรียนรู้กระบวนการในการทำวิจัย และสามารถยกระดับภูมิปัญญาของตนเองที่มีอยู่ในท้องถิ่น เพื่อให้คนในชุมชนได้เห็นคุณค่าของทรัพยากรในพื้นที่ โดยข้อมูลที่ใช้ประกอบด้วยข้อมูลทุติยภูมิที่ได้จากการรวบรวมเอกสารทางวิชาการ ตำราเรียน บทความต่างๆ วารสาร เอกสารการประชุม สัมมนาและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ได้จัดทำไว้แล้ว และข้อมูลปฐมภูมิได้แก่ชนิดของผักพื้นบ้านที่มีการบริโภคในชุมชนโดยทำการสัมภาษณ์แบบเป็นทางการและไม่เป็น

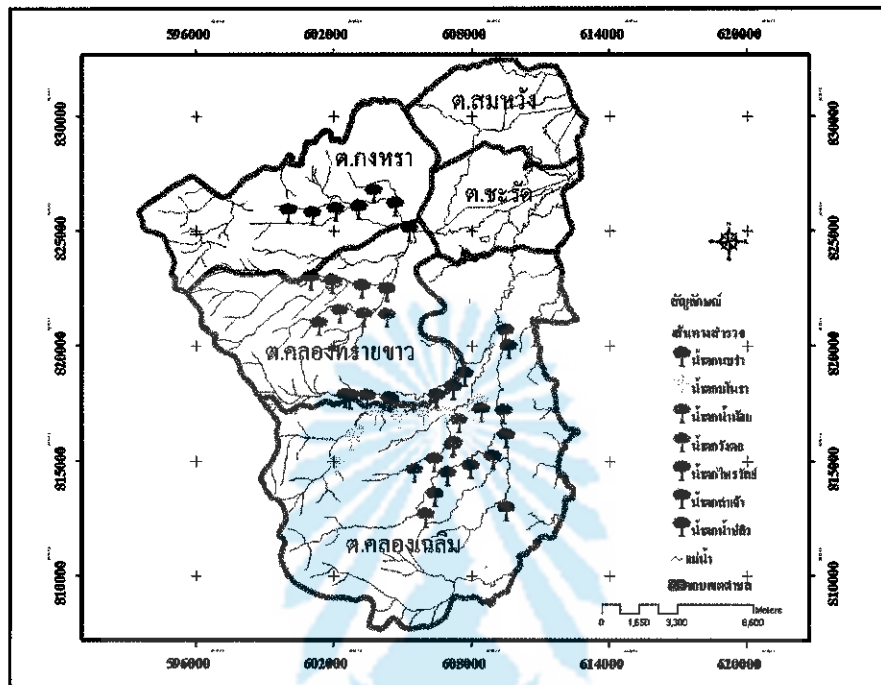
ทางการ และได้สำรวจและรวบรวมชนิดของผักพื้นบ้านที่มีอยู่ในพื้นที่อำเภอองครักษ์ โดยการวางแผนด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบสม่ำเสมอ (Systematic Sampling) [7] จำนวน 7 เส้นทางน้ำตก และบริเวณบ้านหม้อพื้นบ้านและสวนครัวของคนในชุมชน กำหนดให้ระยะห่างระหว่างจุด แปลงตัวอย่าง 1 กิโลเมตร จากยอดเขาถึงทุ่งนาหรือชุมชน (ภาพที่ 1) ทำการบันทึกตำแหน่งการวางแผนตัวอย่างด้วยเครื่องระบุตำแหน่งพิกัดภูมิศาสตร์ (GPS) บันทึกภาพชนิดผักพื้นบ้านที่สำรวจพบ พร้อมทั้งเก็บตัวอย่างพรรณพืชเพื่อนำมาจัดทำตัวอย่างพรรณไม้แห้ง (herbarium specimens) เพื่อตรวจสอบชื่อวิทยาศาสตร์ที่ถูกต้อง

การจำแนกสถานภาพของพรรณพืชในพื้นที่โดยจำแนกจากค่าความมากมายหรือความบ่อยของการพบ [7] และบริบทการใช้พืชนั้นในชุมชน ซึ่งหาได้จาก จำนวนต้นไม้ (ร้อยละการปกคลุม) ชนิดนั้นทั้งหมดที่พบในแปลงตัวอย่าง ต่อจำนวนแปลงตัวอย่างที่ต้นไม้นั้นปรากฏ ซึ่งแบ่งได้ 4 สถานภาพ ได้แก่ ผักพื้นบ้านที่พบทั่วไป (very common) ปานกลาง (moderate) พบบ้าง (rare) และพบบ้างมาก (very rare) โดยผักพื้นบ้านที่พบทั่วไปคือ ผักพื้นบ้านที่มีความมากมายตั้ง 75 % ขึ้นไป หรือพบปลูกเป็นผักสวนครัวในชุมชน ผักพื้นบ้านที่พบปานกลาง คือ ผักพื้นบ้านที่มีความมากมาย 25 – 75 % และพบทั้งในพื้นที่ป่าและพื้นที่ชุมชน ส่วนผักพื้นบ้านที่หายาก คือ ผักพื้นบ้านที่มีความมากมาย 0 – 25 % และพบทั้งในพื้นที่ป่าและพื้นที่ชุมชน และผักพื้นบ้านที่หายากมาก คือ ผักพื้นบ้านที่มีความมากมาย 0 – 25 % และพบเฉพาะในพื้นที่ป่าธรรมชาติ ไม่พบในเขตชุมชนและไม่มีการเพาะปลูก

ผลการวิจัยและอภิปรายผล

ข้อมูลทั่วไปของพื้นที่ศึกษา

องครักษ์เป็นอำเภอที่ขึ้นกับจังหวัดพิจิตร มีเนื้อที่ทั้งหมด 255.856 ตารางกิโลเมตร ครอบคลุม 5 ตำบล ได้แก่ ตำบลคลองเฉลิม ตำบลคลองทรายขาว



ภาพที่ 1 เส้นทางสำรวจและรวบรวมชนิดผักพื้นบ้านในพื้นที่อำเภอกงหรา จังหวัดพัทลุง

ตำบลชะวัด ตำบลสมหวังและตำบลกงหรา ประชากรส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลามคิดเป็นร้อยละ 55 และศาสนาพุทธร้อยละ 45

การประกอบอาชีพหลักคือทำสวนยางพารา ทำนาและทำสวนผลไม้ อาชีพเสริม ได้แก่ เลี้ยงสัตว์ เช่นโคพื้นเมือง แพะ เป็นต้น โดยมีพื้นที่เกษตรกรรม 150.38ตารางกิโลเมตร และส่วนใหญ่เป็นการทำการเกษตรแบบเชิงเดี่ยว คือปลูกพืชชนิดเดียวในพื้นที่

สภาพภูมิประเทศโดยทั่วไป ทางทิศตะวันตกเฉียง
ที่สูงมีภูเขาสลับซับซ้อน เช่น เขาพญาจรูญจีน
เขาพญาไธสง เขาชะรีด เขาในวัง บนภูเขามีป่าไม้และสัตว์ป่า
มาก บริเวณเชิงเขาที่มีราบอยู่ข้างเป็นที่ทำไร่ ทำนาของ
ประชากร พื้นที่จะค่อย ๆ ลาดต่ำไปทางทิศตะวันออก
ซึ่งเป็นเขตที่มีที่ราบสลับภูเขาหรือควนเตี้ย ๆ ทำให้มี
ความอุดมสมบูรณ์และเป็นแหล่งเกษตรกรรมที่สำคัญ
ของจังหวัดพัทลุง

สภาพภูมิอากาศของอำเภอนี้มี 2 ฤดูคือ ฤดูร้อนระยะเวลาตั้งแต่เดือนมีนาคมถึงเดือนสิงหาคม ลักษณะอากาศร้อนจัดในเวลากลางวัน หนาวจัดในเวลากลางคืน และฤดูฝนระยะเวลาตั้งแต่เดือนกันยายน ถึงเดือนกุมภาพันธ์ ลักษณะอากาศอบอุ่นทั้งกลางวัน และกลางคืน

ทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่ ได้แก่ แร่ตะกั่ว ซึ่งมีการทำเหมืองในท้องที่หมู่ที่ 4 ตำบลคลองเฉลิม อำเภอกงหรา ทรัพยากรป่าไม้ ส่วนใหญ่เป็นป่าดิบชื้นตามแนวเทือกเขาบรรทัด ครอบคลุมพื้นที่ 105.47 ตารางกิโลเมตร นอกจากนี้บนภูเขา มีไม้เนื้อแข็งและเนื้ออ่อนที่สำคัญหลายชนิด เช่น ไม้ตะเคียน ไม้หลุมพ้อ ไม้บากบุกหรือนากบุก (ต้นบุนนาค) และสัตว์ป่าหลายชนิดแต่เหลือจำนวนน้อยมาก เนื่องจากขาดการอนุรักษ์ที่ถูกต้อง

ชนิดของผักพื้นบ้านในพื้นที่อำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตร

จากการรวบรวมผักพื้นบ้านที่มีการใช้ประโยชน์ของคนในอำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตร ระหว่างเดือนมิถุนายน 2552 ถึงเดือน พฤษภาคม 2553 จากการสัมภาษณ์และการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม พบว่าผักพื้นบ้านในพื้นที่ศึกษานำมาบริโภคมีถึง 206 ชนิด จำแนกได้ 146 สกุล (Genera) 71 วงศ์ (Family) (ตารางที่ 3) โดยมีวงศ์ Moraceae พบมากที่สุดคือจำนวน 14 ชนิด ได้แก่ ขี้เหล็ก (*Artocarpus heterophyllus* Lamk.) คล้ายน้ำมะหาด (*Artocarpus lacucha* Roxb.) เป็นต้น รองลงมาได้แก่ Zingiberaceae พบจำนวน 13 ชนิด ได้แก่ กระเทียม (*Zingiber zerumbet* (L.) Sm.) กระวาน (*Amomum testaceum* Ridl.) ปูดช้าง (*Globba malaccensis* Ridl.) เป็นต้น และวงศ์ Araceae พบจำนวน 12 ชนิด ได้แก่ บอนเต่า (*Homalomena pendula* (Blume) Bakh.f) บอนยารัด (*Schismatoglottis calyptrata* (Roxb.) Zoll) อุดพิศ (*Typhonium trilobatum* (L.) Schott) เป็นต้น และพบจำนวน 1 ชนิด ทั้งหมด 40 วงศ์ โดยมี 6 ชนิดที่จำแนกได้เฉพาะในระดับวงศ์เท่านั้น ได้แก่ แซะคลาน ถั่วฝักครก ไผ่กรอง ไผ่กำยาน ไผ่ปรอก และรำน้า

จากการศึกษาพบว่าในพื้นที่อำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตรมีความหลากหลายทางชีวภาพของผักพื้นบ้านที่สูงมาก เมื่อเปรียบเทียบกับกรรวบรวมผักพื้นบ้านในภาคใต้ที่รายงานว่ามีจำนวน 126 ชนิด [3] และใกล้เคียงกับการศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านของชาวไทยพุทธ

และมุสลิม ในบางพื้นที่ภาคใต้ตอนล่างของประเทศไทยที่รวบรวมพืชได้ 123 วงศ์ 349 สกุล และ 477 ชนิด ในจำนวนนี้เป็นพืชอาหาร 236 ชนิด [8] เนื่องจากพื้นที่การศึกษาใกล้เคียงกันและกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในอำเภอองครักษ์นั้นมีการนับถือศาสนาทั้งศาสนาพุทธและศาสนาอิสลาม ทำให้มีภูมิปัญญาในการบริโภคผักพื้นบ้านที่คล้ายคลึงกัน

สถานภาพของผักพื้นบ้านในพื้นที่อำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตร

จากการสำรวจผักพื้นบ้านในพื้นที่อำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตร ระหว่างเดือนมิถุนายน 2552 ถึงเดือน พฤษภาคม 2553 พบผักพื้นบ้านจำนวน 206 ชนิด ซึ่งเมื่อจำแนกสถานภาพในพื้นที่ได้ 4 สถานภาพ ได้แก่ ผักพื้นบ้านที่พบทั่วไป (very common) ปานกลาง (moderate) พบบาก (rare) และพบบากมาก (very rare) พบว่าผักพื้นบ้าน 206 ชนิด ในพื้นที่อำเภอองครักษ์เป็นผักพื้นบ้านที่พบโดยทั่วไป 134 ชนิด (ตารางที่ 1) ได้แก่ กระชาย กระวาน คำลิง ดินนกกุง เป็นต้น ส่วนใหญ่แล้วเป็นพืชล้มลุกที่เกิดขึ้นจำนวนมาก และเป็นพืชที่ชาวบ้านยังบริโภคเป็นประจำ จึงปลูกไว้บริเวณบ้าน และไม่ตัดทิ้งไป ผักพื้นบ้านที่พบปานกลางมี 37 ชนิด (ตารางที่ 2) ผักพื้นบ้านที่หายากมี 21 ชนิด (ตารางที่ 3) และผักพื้นบ้านที่หายากมากมี 14 ชนิด (ตารางที่ 4) ส่วนใหญ่เป็นพืชที่ชาวบ้านไม่ค่อยนิยมบริโภค และไม่สามารถนำมาปลูกในชุมชนได้ เนื่องจากพืชชนิดนั้นต้องการระบบนิเวศที่เฉพาะ

ตารางที่ 1 รายชื่อผักพื้นบ้านที่มีสถานภาพพบทั่วไป (very common) ในพื้นที่อำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตร

ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์
1	กระชาย	<i>Boesenbergia pumdata</i> (Roxb) Schitr
2	กระเทียม	<i>Zingiber zerumbet</i> (L.) Sm.
3	กระเทียมป่า	<i>Zingiber spectabile</i> Griff.
4	กระวาน	<i>Amomum testaceum</i> Ridl.

ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์
68	ผักหม	<i>Amaranthus viridis</i> L.
69	ผักหมพนาม	<i>Amaranthus spinosus</i> Linn.
70	ผักหวาน	<i>Sauropus androgynus</i> (L.) Merr.
71	ผักไห่	<i>Momordica charantia</i> L.

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์	ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์
5	กล้วยเถื่อน	<i>Musa acuminata</i> Colla.	72	ไผ่ตง	<i>Dendrocalamus asper</i> (Roem. & Schult.)
6	กล้วยน้ำว้า	<i>Musa sapientum</i> L.	73	ไผ่ป่า	<i>Bambusa bambos</i> (L.) Voss.
7	ก้ามกุ้ง	<i>Smilax bracteata</i> Presl.	74	ไผ่สีสุก	<i>Bambusa blumeana</i> Schultes
8	ขนุน	<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lamk.	75	พริ้วนกคุ้ม	<i>Molineria latifolia</i> Herb. Ex Kurz
9	ข่าลิง	<i>Alpinia conchigera</i> Griff.	76	พริกไทย	<i>Piper nigrum</i> L.
10	ขี้กาแดง	<i>Gymnopetalum integrifolium</i> Kurz	77	พาโหม	<i>Paederia foetida</i> Linn
11	ขี้พรว้า	<i>Benincasa hispida</i> (Thunb.) Cogn.	78	เพกา	<i>Oroxylum indicum</i> (L.) Kurz
12	ขี้เหล็กจี๊ด	<i>Senna sophora</i> (L.) Roxb.	79	โพยอม	<i>Cardiospermum halicacabum</i> L.
13	ขี้เหล็กบ้าน	<i>Senna siamea</i> (Lam.) Irwin & Barneby	80	ไฟสามกอง	<i>Euodia roxburghiana</i> (Cham.) Benth ex Hook.f.
14	กล้วยน้ำ	<i>Ficus ischnopoda</i> Miq.	81	มะขาม	<i>Tamarindus indica</i> Linn.
15	แมก	<i>Sesbania grandiflora</i> (L.) Desv.	82	มะเขือพวง	<i>Solanum torvum</i> Sw.
16	จำปาตะ	<i>Artocarpus integer</i> (Thunb.) Merr.	83	มะเดื่อขี้หนู	<i>Ficus sp.</i>
17	จิกนา	<i>Barringtonia acutangula</i> (L.) Gaertn.	84	มะเดื่อคิน	<i>Ficus scortechinii</i> King
18	จิงจ้อ/ชิดชอ	<i>Operculina turpethum</i> (L.) Silva Manso	85	มะเดื่อน้ำ	<i>Ficus racemosa</i> L.
19	เงาะหมาน	<i>Crassocephalum</i> sp.	86	มะพร้าว	<i>Cocos nucifera</i> L.
20	ถิ่ง	<i>Ficus fistulosa</i> Reinw. ex Blume	87	มะไฟ	<i>Baccaurea ramiflora</i> Lour.
21	ชะพลู	<i>Piper sarmentosum</i> Roxb.	88	มะม่วง	<i>Mangifera indica</i> L.
22	ชะมวง	<i>Garcinia cowa</i> Roxb. ex DC.	89	มะมุด	<i>Magifera foetida</i> Lour.
23	ชะอม	<i>Acacia pennata</i> (L.) Wild. subsp. <i>insuavis</i> (Lace) I.C.Nielsen	90	มะอึก	<i>Solanum stramonifolium</i> Jacq.
24	ชุมเห็ดไทย	<i>Senna tora</i> (L.) Roxb.	91	มันขี้หนู	<i>Coleus parviflorus</i> Benth.
25	แซะคลาน	-	92	มันทราย	<i>Dioscorea glabra</i> Roxb.
26	คางะระ	<i>Zingiber ottensii</i> Valetton.	93	มันเทศ	<i>Manihot esculenta</i> Crantz
27	คาหตา	<i>Etilingera elatior</i> (Jack) R.M.Smith.	94	มันปู	<i>Glochidion wallichianum</i> Muell.Dg.
28	คิปลิเชือก	<i>Piper retrofractum</i> Vahl	95	มันสือ	<i>Dioscorea pentaphylla</i> L.
29	เคื่อไข่	<i>Ficus obpyramidata</i> King	96	มันหลา	<i>Ipomoea batatas</i> (L.) Lam.
30	โคไม่รู้อิม	<i>Elephantopus scaber</i> L.	97	มันอัน	<i>Dioscorea sp.</i>

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์	ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์
29	เคื่อไปีะ	<i>Ficus obpyramidata</i> King	96	มันหลา	<i>Ipomoea batatas</i> (L.) Lam.
30	โคไม้รูส้ม	<i>Elephantopus scaber</i> L.	97	มันฮั้น	<i>Dioscorea</i> sp.
31	คะลิงปลิง	<i>Averrhoa bilimbi</i> Linn.	98	เมาไข่ปลา	<i>Antidesma ghaesembilla</i> Gaerth.
32	คาหมัด	<i>Claoxylon longifolium</i> (Blume) Endl. Ex Hassk.	99	แมงลักป่า	<i>Hyptis suaveolens</i> (L.) Poit.
33	คำลิ่ง	<i>Coccinia grandis</i> (L.) Voigt.	100	ขอบ้าน	<i>Morinda citrifolia</i> L.
34	ดินนงพุง	<i>Helminthostachys zeylanica</i> (L.) Hook.	101	ย่านลิเภา	<i>Lygodium salicifolium</i> C. Presl.
35	ฉอบแถบ	<i>Connarus semidecandrus</i> Jack.	102	ย่านาง	<i>Tiliacora triandra</i> (Colebr.) Diels.
36	ถั่วฝักยาว	<i>Vigna unguiculata</i> (L.) Walp. subsp. <i>sesquipedalis</i> (L.) Verde.	103	ยาขี้ผึ้ง	<i>Pseuderan themum teysmainni</i> Ridl.
37	ถั่วพู	<i>Psophocarpus tetragonolobus</i> (L.) DC.	104	รกร้าง	<i>Passiflora foetida</i> L.
38	พื่อน	<i>Sandoricum koetjape</i> (Burm.f.) Merr.	105	ระกำ	<i>Salacca wallichiana</i> Mart.
39	พำมั่ง	<i>Litsea elliptica</i> Blume / <i>Litsea petiolata</i> Hook.f.	106	ระกำแก้ว	<i>Clerodendrum wallichii</i> Merr.
40	เพ็ชรม	<i>Azadirachta excelsa</i> (Jack) Jacobs	107	ลำหิ่ง	<i>Stenochlaena palustris</i> (Burm.f.) Bedd.
41	เนียง	<i>Archidendron jiringa</i> (Jack) I.C.Nielsen	108	ลำไย	<i>Cariandrum</i> spp.
42	บวบหอม	<i>Luffa cylindrica</i> (Linn.) M.Roem	109	ลูกกรวด	<i>Ficus semicordata</i> Buch.-Ham. Ex Sm.
43	บวบเหลี่ยม	<i>Luffa acutangula</i> (Linn.) Roxb.	110	ลูกเขากัน	<i>Cayratia trifolia</i> (L.) Domin
44	บอนเต่า	<i>Homalomena pendula</i> (Blume) Bakh.f	111	ลูกเขากันแดง	<i>Parthenocissus quinquefolia</i> (L.) Planch
45	บอนท่า	<i>Colocasia esculenta</i> (L.) Schott	112	เดี๋ยครุฑ	<i>Polyscias fruticosa</i> (L.) Harms
46	บอนบาทวี	<i>Alocasia macrorrhizos</i> (L.) G.Don	113	เดี๋ยบ	<i>Ficus superba</i> Miq. var. <i>japonica</i> Miq.
47	บอนยารัด	<i>Schismatoglottis calyptrata</i> (Roxb.) Zoll	114	ส้มกุ้ง	<i>Embelia ribes</i> Burm.f.
48	บอนส้ม	<i>Homalomena rostrata</i> Griff.	115	ส้มเกลียว	<i>Aganonerion polymorphum</i> Pierre ex Spire
49	บัวบก	<i>Centella asiatica</i> (L.) Urb.	116	ส้มป่อย	<i>Acacia concinna</i> (Willd.) DC.
50	บุกคางคก	<i>Amorphophallus paeoniifolius</i> (Dennst.) Nicolson	117	สะตอ	<i>Patkia speciosa</i> Hassk.

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์	ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์
51	บุกงูเห่ล้อม	<i>Amorphophallus prainii</i> Hook.f	118	สะตอเบา	<i>Leucaena leucocphala</i> (Lam.) de Wit
52	ปลูช้าง	<i>Etlingera punicea</i> (Roxb.) R.M. Sm.	119	สาบแ้งสาบกา	<i>Eryngium foetidum</i> Linn
53	ปลูนาแว่ว	<i>Amomum villosum</i> Lour. Var. <i>xanthioides</i> (Wall. Ex Baker) T.L.Wu & S.Chen	120	หม้อข้าวหม้อแกงลิง	<i>Nepenthes gracilis</i> Korth.
54	เปราะป่า	<i>Kaempferia pulchra</i> (Ridl.) Ridl.	121	หญ้าร้างไก่	<i>Selaginella involuta</i> Spreng.
55	ผักกระเฉด	<i>Neptunia oleracea</i> Lour.	122	เสม็ดขุน	<i>Syzygium gratum</i> (Wight) S.N. Mitra vD. gDtum
56	ผักกาดนกเขา	<i>Emilia sonchifolia</i> (L.) DC.	123	หมากรอก	<i>Lepiomurus sylvestris</i> Blume
57	ผักกาดปลิว	<i>Crassocephalum crepidioides</i> (Benth.) S.Moore	124	หมูย	<i>Clausena excavata</i> Burm.f.
58	ผักกูด	<i>Angiopteris evecta</i> Hoffm.	125	หมูยบ้าน	<i>Micromelum minutum</i> W.&A.
59	ผักกวาด	<i>Spilanthes aemella</i> (linn.) Murr.	126	หัวกรก	<i>Anacardium occidentale</i> Linn.
60	ผักชีล้อม	<i>Oenanthe javanica</i> (Blume) DC.	127	องุ่นป่า/สุกซาก	<i>Ampelocissus martinii</i> Planch
61	ผักนึ่ง	<i>Ipomoea aquatica</i> Forsk.	128	ออดิบ	<i>Colocasia gigantea</i> Hook.f.
62	ผักไผ่	<i>Polygonum odoratum</i> Lour.	129	อินทนิลน้ำ	<i>Lagerstroemia speciosa</i> (L.) Pers.
63	ผักลิ้นห่าน	<i>Aniseia martinicensis</i> (Jacq.) Choisy	130	อุตพิศ	<i>Typhonium trilobatum</i> (L.) Schott
64	ผักสัง	<i>Peperomia pellucida</i> (L.) Humb; Bonpl. & Kunth	131	เอ็นแดง	<i>Cryptolepis buehanani</i> Roem. & Schult.
65	ผักเสี้ยนผี	<i>Cleome viscosa</i> L.	132	เอาะเขี้ยว	<i>Alocasia indica</i> (Lour.) Schott.
66	ผักเสี้ยนหนู	<i>Cleome gynandra</i> L.	133	เอื้องนา	<i>Polygonum</i> sp.
67	ผักหนาม	<i>Lasia spinosa</i> (L.) Thw.	134	เอื้องหมาขนา	<i>Costus speciosus</i> (Koen.) Sm.

ตารางที่ 2 รายชื่อผักพื้นบ้านที่มีสถานภาพปานกลาง (moderate) ในพื้นที่อำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตร

ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์	ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์
1	กระชายป่า	<i>Boesenbergia longipes</i> (King & Prain) Schltr.	20	ไผ่กำยาน	-
2	กลอย	<i>Dioscorea hispida</i> Dennst	21	ไผ่ช่อขาว	<i>Schizostachyum grande</i> Ridl.
3	ก่อ	<i>Castanopsis inermis</i> (Lindl. Ex Wall.) B. & H.	22	ไผ่ปมรอก	-
4	กอก	<i>Spondias pinnata</i> Kurz	23	พริกนก	<i>Piper caninum</i> Blume
5	กุ่มบก	<i>Crateva adansonii</i> DC. subsp. <i>odorata</i> Jacobs	24	พาโหมต้น	<i>Saprosma burnneum</i> Creib
6	ขี้ค้อน	<i>Artocarpus rigidus</i> Blume	25	มะปริง	<i>Bouea oppositifolia</i> (Roxb.) Meisn.
7	คันหนามเสือ	<i>Trevesia valida</i> Craib	26	มะหาด	<i>Artocarpus lacucha</i> Roxb.
8	แซะ (กาแซะ)	<i>Millettia atropurpurea</i> (Wall.) Benth.	27	มันตั้ง	<i>Dioscorea bulbifera</i> L.
9	โคน (กระโคน)	<i>Careya sphaerica</i> Roxb.	28	ยอคกัษ	<i>Adenanthera pavonina</i> Linn.
10	ดาว	<i>Cratoxylum formosum</i> (Jack) Dyer subsp. <i>pruniflorum</i> (Kurz) Gogel.	29	ขยถีบ หลาน	<i>Phyllanthus oxyphyllus</i> Miq.
11	เต้าร้าง	<i>Caryota mitis</i> Lour.	30	ราน้ำ	-
12	แต้ว	<i>Cratoxylum maingayi</i> Dyer	31	ลูกเหวี่ยง	<i>Parkia timoriana</i> (DC.) Merr
13	ทองหลาง	<i>Erythrina variegata</i> Linn.	32	สมเล็ด	<i>Glochidion perakense</i> Hook.f.
14	นนทรี	<i>Peltophorum pterocarpum</i> (DC.) Backer ex K. Heyne	33	สมอทะเล	<i>Shirakiopsis indica</i> (Willd.) Esser
15	บุกบ้าน	<i>Amorphophallus campanulate</i> Bl. ex Decne	34	สะค้านใบกลม	<i>Piper</i> sp.
16	ประ	<i>Elatiospermum tapos</i> Blume	35	สักขี	<i>Dalbergia candanensis</i> (Dennst.) Prain
17	ผักร้น	<i>Monochoria vaginalis</i> (Burm.f.) C. Presl ex Kunth	36	หลาโอน	<i>Oncosperma tigillarum</i> (Jack) Ridl.
18	ผักหวานป่า	<i>Phyllanthus elegans</i> Wall. Ex Muell. Dg.	37	เอื้องน้ำ	<i>Polygonum tomentosum</i> Wild.
19	ไผ่กรอง	-			

ตารางที่ 3 รายชื่อผักพื้นบ้านที่มีสถานภาพพบยาก (rare) ในพื้นที่อำเภอกงหรา จังหวัดพัทลุง

ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์	ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์
1	แก้มข่อน	<i>Xanthophyllum flavescens</i> Roxb.	12	มะเคื่องั่ว	<i>Ficus oligodon</i> Miq.
2	โก	<i>Dracontomelon dao</i> (Blanco) Merr. & Rolfe	13	มะนาวควาย	<i>Citrus medica</i> Linn.
3	จีพราไฟ	<i>Momordica cochinchinensis</i> (Lour.) Spreng.	14	ยายหม่อน	<i>Vernonia elliptica</i> DC.
4	จิกเขา	<i>Barringtonia pendula</i> (Griff.) Kurz	15	ส้มกบ	<i>Bischofia javanica</i> Blume
5	ตาหมักคั้น เบ็ด	<i>Rinorea</i> sp.	16	ส้มกบหิน	<i>Begonia</i> sp.
6	แดงหนู	<i>Zehneria marginata</i> (Blume) Keraudren	17	ส้มพุด/มะพุด	<i>Garcinia dulcis</i> (Roxb.) Kurz
7	ถั่วฝักครก		18	สือทอ	<i>Oxal scandens</i> Roxb.
8	ถั่วฝักดาบ	<i>Canavalia gladiata</i> (Jacq.) DC.	19	หมัก/อุแพ	<i>Syzygium polyanthum</i> (Wight) Walp.
9	บัวกันช้อน	<i>Limncharis flava</i> Buch.	20	หาขงวย	<i>Calamus peregrinus</i> Furtado.
10	ไผ่ตลาน	<i>Dinorchloa malayana</i> S.Dransf.	21	อิเหนา	<i>Arenga pinnata</i> (Wurmb) Merr.
11	มัทสคำ	<i>Cyathea borneensis</i> Copel.			

ตารางที่ 4 รายชื่อผักพื้นบ้านที่มีสถานภาพพบยากมาก (very rare) ในพื้นที่อำเภอกงหรา จังหวัดพัทลุง

ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์	ที่	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อวิทยาศาสตร์
1	กระเทียมลิง	<i>Abuta</i> sp.	8	ผักกูดสวน	<i>Pleocnemia irregularis</i> (Presl.) Holtt.
2	ขี้แรด	<i>Streblus taxoides</i> (Heynes) Kurz	9	ผักหวานไค่น้ำ	<i>Ottelia alismoides</i> (L.) Pers.
3	เจียก	<i>Amomum</i> sp.	10	พืคี่เมียบ	<i>Dendrotrophe buxifolia</i> (Bl.) Miq.
4	ชะมวงช้าง	<i>Garcinia bancana</i> Miq.	11	ลำแพน	<i>Sonneratia alba</i> J.Smith
5	ชะมวง ทราย	<i>Garcinia parvifolia</i> (Miq.) Miq.	12	ส้มแก้ว	<i>Garcinia</i> sp.
6	เนียงรอก	<i>Helicia robusta</i> (Roxb.) R.Br. ex Wall.	13	ส้มเค้า	<i>Cissus hastata</i> Miq.
7	ปลู่น่อง	<i>Boesenbergia basispicata</i> K. Larsen ex Sirirugsa, Nord. J. Bot.	14	ไอ้เบี้ยว	<i>Pentaphragma begoniifolium</i> (Roxb.ex.jack) Wall.ex.G.Don

สรุปผลการวิจัย

ผักพื้นบ้านในพื้นที่ชุมชนอำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตร จากการสำรวจและรวบรวมผักพื้นบ้านในพื้นที่อำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตร ระหว่างเดือนมิถุนายน 2552 ถึงเดือน พฤษภาคม 2553 พบว่าผักพื้นบ้านในพื้นที่ศึกษานำมาบริโภคมีถึง 206 ชนิด (Species) จำแนกได้ 146 สกุล (Genera) 71 วงศ์ (Family) โดยมี 6 ชนิดที่จำแนกได้เฉพาะในระดับวงศ์เท่านั้น ได้แก่ แซะคลาน ถั่วฝักครก ใผ่กรอง ใผ่กำยาน ใผ่ปรอก และรำน้า โดยพบว่าพืชที่มีการนำมาเป็นผักพื้นบ้านมากที่สุดคือพืชที่อยู่ในวงศ์ Moraceae พบ 14 ชนิด รองลงมาได้แก่ Zingiberaceae พบ 13 ชนิด วงศ์ Araceae พบ 12 ชนิด วงศ์ Euphorbiaceae พบ 10 ชนิด วงศ์ Leguminosae - Papilionioideae พบ 9 ชนิด วงศ์ Gramineae และวงศ์ Cucurbitaceae พบ 8 ชนิด วงศ์ Leguminosae - Mimosoideae และวงศ์ Guttiferae พบ 7 ชนิด มีจำนวน 40 วงศ์ที่พบเพียง 1 ชนิด นอกจากนี้ยังมีพืชที่พบทั่วไปในพื้นที่ จำนวน 134 ชนิด พืชที่พบปานกลาง 37 ชนิด พืชหายาก 21 ชนิด และพืชหายากมากจำนวน 14 ชนิด และพบว่านอกจากนี้ยังมีพืชบางชนิด ได้แก่ ผักกรีน (*Monochoria vaginalis* (Burm.f.) C.Presl ex Kunth) ที่มีความเสี่ยงต่อการสูญหายไปจากพื้นที่เนื่องจากพบในพื้นที่นาข้าวแต่ปัจจุบันในพื้นที่อำเภอองครักษ์มีการเปลี่ยนแปลงจากพื้นที่ทำนาเป็นพื้นที่สวนยางพารามากขึ้น

คณะวิจัยขอเสนอแนะแนวทางเพื่อการนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์ไว้ดังนี้ คือ 1) ข้อเสนอแนะต่อชุมชนอำเภอองครักษ์ เช่น การวางแผน ระเบียบ และกำหนดหน้าที่ในการดูแลทรัพยากรป่าไม้ร่วมกัน 2) ข้อเสนอแนะต่อหน่วยงานต่างๆ ที่จะนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์ เช่น การวางแผนทางการสร้างการมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์ทรัพยากรป่าไม้ และการกระตุ้นให้ชุมชนเห็นประโยชน์และความสำคัญของผักพื้นบ้านมากขึ้น

คำขอบคุณ

ขอขอบพระคุณผู้ร่วมวิจัยทุกท่านทั้งนักวิจัยจากมหาวิทยาลัยและนักวิจัยจากชุมชนอำเภอองครักษ์ จังหวัดพิจิตร ที่ร่วมกันคิด ร่วมแรง ร่วมใจในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ งานวิจัยชิ้นนี้ได้รับแหล่งทุนอุดหนุนจากโครงการวิจัยและนวัตกรรมเพื่อถ่ายทอดเทคโนโลยีสู่ชุมชนฐานราก (เครือข่ายการวิจัยภาคใต้ตอนล่าง) ประจำปีงบประมาณ 2552

เอกสารอ้างอิง

- [1] สง่า ดามาพงษ์. (2548). การนำอาหารพื้นบ้านคืนสู่สังคมไทย : ผักพื้นบ้านกับสังคมไทย. กรุงเทพฯ : สามเจริญพาณิชย์.
- [2] วรณธิภา จันทร์กลม โกมลแพรกกทอง สันต์ เกตุประณีต และเดือนใจ นุชดำรง. (2549). พฤกษศาสตร์พื้นบ้านกับความมั่นคงด้านอาหารของชุมชนเผ่ามูเซอบ้านใหม่พัฒนา อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่. รายงานวิจัยในโครงการ BRT (2549).
- [3] ศูนย์พัฒนาตำราการแพทย์แผนไทย. (2547). ผักพื้นบ้านภาคใต้. สถาบันส่งเสริมการแพทย์แผนไทย มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนาจังหวัดนนทบุรี.
- [4] ศูนย์พัฒนาตำราการแพทย์แผนไทย. (2548). ผักพื้นบ้านภาคเหนือ. สถาบันส่งเสริมการแพทย์แผนไทย มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนาจังหวัดนนทบุรี.
- [5] ศูนย์พัฒนาตำราการแพทย์แผนไทย. (2548). ผักพื้นบ้านภาคอีสาน. สถาบันส่งเสริมการแพทย์แผนไทย มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนาจังหวัดนนทบุรี.
- [6] ศูนย์พัฒนาตำราการแพทย์แผนไทย. (2542). ผักพื้นบ้านภาคกลาง. สถาบันส่งเสริมการแพทย์แผนไทย มูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนาจังหวัดนนทบุรี.

- [7] อุทิศ ภูอินทร์. 2542. นิเวศวิทยาพื้นฐานเพื่อการป่าไม้.
กรุงเทพฯ : ฝ่ายโรงพิมพ์สำนักส่งเสริม
และฝึกอบรม.
- [8] Upo, U. (2005). **Ethnobotany of Buddhist and Muslim Thais in some Location in the Lower Part of Southern Thailand**. Thesis of Doctor of Philosophy, Chiang Mai University.

